



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ใช้วิธีการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental research) แบบ 2 กลุ่ม วัดก่อนและหลังทดลอง (Pretest-Posttest Control Group Design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุภายหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ประชากรและตัวอย่างประชากร

ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิง อาจจะเป็นข้าราชการบำนาญหรือพลเรือน ซึ่งเป็นสมาชิกชมรมคลินิกผู้สูงอายุ โรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ ฐานทัพเรือสัตหีบ อ. สัตหีบ จ. ชลบุรี ซึ่งมีคุณสมบัติดังนี้

1. อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
2. เป็นบุคคลที่ไม่เคยได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. เป็นบุคคลที่ไม่มีปัญหาทางการได้ยิน การใช้ภาษาพูด และสามารถอ่านออกเขียนได้
4. เป็นบุคคลที่ไม่มีประวัติโรคร้ายแรง เช่น โรคเบาหวานเรื้อรัง โรคหัวใจ ชนิดรุนแรง โรคปอดเรื้อรัง โรคจิต อัมพาต โรคเอดส์ เป็นต้น
5. เป็นบุคคลที่มีความพร้อมและยินดีให้ความร่วมมือในการทดลองครั้งนี้

การกำหนดคุณสมบัติของประชากรดังกล่าวเพื่อเป็นการควบคุมตัวแปร โดยมีเหตุผล ดังนี้

1. เนื่องจากสมาชิกชมรมคสสึนคิผู้สูงอายุโรงพยาบาลอาภากรมี 2 ประเภท คือ สมาชิกสามัญ ต้องเป็นผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเกษียณจากการทำงานแล้ว และสมาชิกสมทบ ต้องเป็นผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 45-59 ปี ซึ่งเป็นวัยผู้ใหญ่ ซึ่งยังคงทำงานอยู่ ความแตกต่างในสภาพแบบแผนการดำเนินชีวิต สภาพร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ ความคิด ส่งผลให้บุคคลมีเป้าหมายของชีวิต ความพึงพอใจในชีวิต ความเครียด ภาวะสุขภาพแตกต่างกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงกำหนดให้ประชากรเป็นบุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เพราะบุคคลในวัยนี้ ทั้งที่เป็นทหารนอกราชการ และพลเรือนนั้น จะมีการเปลี่ยนแปลงทางกายจิตสังคม และมีปัญหาความต้องการที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน Trotzer (1977) ได้กล่าวว่า ผู้นำกลุ่มโดยส่วนมากมีความเห็นพ้องกันว่า กลุ่มที่มีความเหมือนกัน (Homogenous Groups) ก่อให้เกิดประโยชน์หลายประการ คือ สมาชิกกลุ่มไม่รู้สึกโดดเดี่ยว แต่จะรู้สึกว่าทุกคนมีหัวอกเดียวกัน บรรยากาศในกลุ่มจะเต็มไปด้วยความเข้าใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งจะแลกเปลี่ยนความนึกคิดต่อกัน สมาชิกแต่ละคนจะได้รับประโยชน์จากกลุ่มโดยการสังเกตคนอื่น ๆ แก้ไขปัญหาซึ่งคล้ายคลึงกับตนเอง

2. สภาพการรับรู้ของผู้สูงอายุที่ผิดปกติ เช่น มีปัญหาทางการได้ยิน การมองเห็น การอ่าน การพูด การเขียน รวมทั้งอาการป่วยด้วยโรคภัยแรงต่าง ๆ อาจมีผลทำให้เกิดอุปสรรคในการทดลองและผลการวิจัยคลาดเคลื่อนได้

ตัวอย่างประชากร คือ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิง ซึ่งเป็นสมาชิกของชมรมคสสึนคิผู้สูงอายุ โรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ ฐานทัพเรือสัตหีบ จำนวนตัวอย่างประชากรทั้งสิ้น 42 คน

การเลือกและจัดกลุ่มตัวอย่างประชากร

ผู้วิจัยได้ขอความร่วมมือจากท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ และประธานชมรมคสสึนคิผู้สูงอายุฯ จากนั้นจึงได้ขอความร่วมมือในการวิจัยจากผู้สูงอายุที่มาเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมฯ ในวันที่ 8 มิถุนายน 2537 และในวันที่ 15 มิถุนายน 2537 ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากผู้สูงอายุที่สนใจจะเข้าร่วมกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งมี

ผู้สูงอายุสนใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง รวมทั้งสิ้น 21 คน และในวันเดียวกันนี้ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยอีก 2 ท่าน ได้แจกแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับ ชื่อ นามสกุล เพศ อายุ และระดับการศึกษา ในผู้สูงอายุทุกท่านที่มาพร้อมกิจกรรมของชมรมในวันนั้น จากนั้นจึงทำการคัดเลือกผู้สูงอายุแบบเฉพาะเจาะจง เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างประชากร กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เป็นคู่กัน รวมทั้งสิ้น 21 คู่ ซึ่งการคัดเลือกตัวอย่างประชากรใช้เวลา 1 วัน การจับคู่กลุ่มตัวอย่างกระทำโดย กำหนดตัวแปรให้มีลักษณะเหมือนกันหรือคล้ายกันมากที่สุดดังนี้

1. เพศ แบ่งออกเป็น เพศชาย และหญิง กลุ่มตัวอย่างแต่ละคู่ต้องเป็นเพศเดียวกัน
2. อายุ จับคู่ให้อายุอยู่ในระดับใกล้เคียงกัน แตกต่างกันไม่เกิน 5 ปี
3. ระดับการศึกษา จบการศึกษาในระดับการศึกษาเดียวกัน

กลุ่มตัวอย่างประชากรในการวิจัยเชิงทดลองครั้งนี้รวม 42 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 21 คน กลุ่มควบคุม จำนวน 21 คน เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาพิจารณาแล้วพบว่า มีตัวอย่างประชากร 1 คู่ ที่ลักษณะข้อมูลผิดไปจากสภาพปกติ ไม่สามารถนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้ จึงทำการตัดออก ดังนั้นการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ จึงพิจารณาจากตัวอย่างประชากรเพียง 20 คู่ (รายละเอียดตามตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 สถานภาพของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมรายคู่ จำแนกตามเพศ อายุ
ระดับการศึกษา

คู่ที่	เพศ		อายุ		ระดับการศึกษา	
(รวม 20 คู่)	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1.	ชาย	ชาย	75 ปีขึ้นไป	75 ปีขึ้นไป	มัธยมต้น	มัธยมต้น
2.	ชาย	ชาย	60-64 ปี	60-64 ปี	มัธยมต้น	มัธยมต้น
3.	ชาย	ชาย	70-74 ปี	70-74 ปี	มัธยมต้น	มัธยมต้น
4.	ชาย	ชาย	70-74 ปี	70-74 ปี	มัธยมปลาย	มัธยมปลาย
5.	ชาย	ชาย	70-74 ปี	70-74 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
6.	หญิง	หญิง	65-69 ปี	65-69 ปี	มัธยมต้น	มัธยมต้น
7.	หญิง	หญิง	60-64 ปี	60-64 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
8.	หญิง	หญิง	70-74 ปี	70-74 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
9.	หญิง	หญิง	60-64 ปี	60-64 ปี	มัธยมปลาย	มัธยมปลาย
10.	หญิง	หญิง	65-69 ปี	65-69 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
11.	หญิง	หญิง	60-64 ปี	60-64 ปี	ปริญญาตรี	ปริญญาตรี
12.	หญิง	หญิง	60-64 ปี	60-64 ปี	อนุปริญญา	อนุปริญญา
13.	หญิง	หญิง	60-64 ปี	60-64 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
14.	หญิง	หญิง	65-69 ปี	65-69 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
15.	หญิง	หญิง	70-74 ปี	70-74 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
16.	หญิง	หญิง	65-69 ปี	65-69 ปี	มัธยมต้น	มัธยมต้น
17.	หญิง	หญิง	75 ปีขึ้นไป	75 ปีขึ้นไป	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
18.	หญิง	หญิง	70-74 ปี	70-74 ปี	ไม่ได้เรียน	ไม่ได้เรียน
19.	หญิง	หญิง	65-69 ปี	65-69 ปี	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา
20.	หญิง	หญิง	60-64 ปี	60-64 ปี	มัธยมปลาย	มัธยมปลาย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 2 ประเภท คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ

แบบสอบถาม ซึ่งแบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิต เป็นแบบวัดที่

ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยพัฒนาจากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของ Neugarten, Havighurst และ Tobin (1961) เรียกว่า Life Satisfaction Index A หรือ LSIA เป็นเครื่องมือวัดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ 5 ด้าน มีจำนวนรวมทั้งสิ้น 20 ข้อ เกี่ยวกับความคิดเห็นที่ครอบคลุมองค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิต 5 ด้าน คือ ด้านความร่าเริงในชีวิต ด้านความตั้งใจและอดทนในชีวิต ด้านความสอดคล้องระหว่างความต้องการและสัมฤทธิ์ผล ด้านอัตมโนทัศน์ และด้านอารมณ์ ตามลำดับ ซึ่งต่อมาในปี 1969 Adams ได้นำเครื่องมือมาวิเคราะห์ปัจจัย พบว่าเหลือเพียง 4 องค์ประกอบ โดยกล่าวว่า ด้านอัตมโนทัศน์ รวมอยู่ในทุกข้อ ข้อคำถามที่เกี่ยวข้องกับแต่ละองค์ประกอบมี 18 ข้อคำถาม ส่วนอีก 2 ข้อคำถาม มิได้สอดคล้องกับองค์ประกอบใด แต่ก็ยังคงเป็นส่วนหนึ่งของเครื่องมือสำหรับวัดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำเครื่องมือของ Neugarten และคณะ (1961) ที่ Adams (1969) ได้วิเคราะห์ปัจจัยแล้ว นำมาแปลพัฒนาขึ้นโดยพยายามให้สอดคล้องกับของเดิมมากที่สุด ได้ข้อคำถามทั้งสิ้น 18 ข้อคำถาม ประกอบด้วยคำถามทั้งทางบวกและทางลบ ครอบคลุมองค์ประกอบความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ 4 ด้าน คือ

1. ด้านอารมณ์ ประกอบด้วย 6 ข้อ เกี่ยวกับความรู้สึกมีความสุข มีความพึงพอใจในชีวิตในปัจจุบัน หรือความเบื่อหน่ายท้อถอยในชีวิต

2. ด้านความร่าเริงในชีวิต ประกอบด้วย 6 ข้อ เกี่ยวกับ ความสนใจ การวางแผน และการคาดหวังต่อกิจกรรมต่าง ๆ ที่กระทำในปัจจุบันและอนาคต การยอมรับตนเองและการมองภาพลักษณ์ของตน

3. ด้านความสอดคล้องระหว่างความต้องการและสัมฤทธิ์ผล ประกอบด้วย 3 ข้อ เกี่ยวกับความคิดความรู้สึกต่ออดีตที่ผ่านมา

4. ด้านความตั้งใจและอดทนในชีวิต ประกอบด้วย 3 ข้อ คือ ทัศนคติต่อการต่อสู้และอดทนในชีวิตของตนเอง

ตัวอย่างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลอยู่ในภาคผนวก ซึ่ง เครื่องมือจะเป็นการเลือกตอบในแต่ละช่วงคำตอบ มีความหมายดังนี้

จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบมากที่สุด

ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบมากที่สุด

ไม่แน่ใจ หมายถึง ข้อความนั้นบางครั้งก็ตรงกับความรู้สึกแต่บางครั้ง

ไม่เป็น

เกณฑ์การให้คะแนนความพึงพอใจในชีวิต มีดังนี้

การให้คะแนนคำถามทางบวก คือ

จริง ให้ คะแนน 3

ไม่จริง ให้ คะแนน 1

ไม่แน่ใจ ให้ คะแนน 2

การให้คะแนนคำถามทางลบ คือ

จริง ให้ คะแนน 1

ไม่จริง ให้ คะแนน 3

ไม่แน่ใจ ให้ คะแนน 2

การทดสอบเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. การทดสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามเพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิตที่สร้างขึ้น และผ่านการพิจารณาแก้ไขจากอาจารย์ที่

ปริญญาวิทยานิพนธ์แล้ว จึงนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 10 ท่าน ประกอบด้วย อาจารย์พยาบาล 2 ท่าน อาจารย์พยาบาลทางด้านสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช จำนวน 2 ท่าน อาจารย์พยาบาลทางด้านผู้สูงอายุ จำนวน 2 ท่าน พยาบาลวิชาชีพที่มีประสบการณ์ทางด้าน การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช 2 ท่าน และบุคลากรผู้เกี่ยวข้องในชมรมคลีนิกผู้สูงอายุ โรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ จำนวน 2 ท่าน พิจารณาและตรวจสอบ และให้ข้อเสนอแนะ ในการปรับปรุงแก้ไข และนำผลมาพิจารณาแก้ไขร่วมกับอาจารย์ที่ปริญญาวิทยานิพนธ์ เพื่อปรับปรุงให้สมบูรณ์ขึ้น โดยถือเกณฑ์ 8 ใน 10 ท่าน ของจำนวนผู้ทรงคุณวุฒิยอมรับ เครื่องมือ ที่ปรับปรุงแล้วถือว่ามีความตรงตามเนื้อหา

2. การหาความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามเพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิตไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุ ที่มีคุณสมบัติเหมือนตัวอย่างประชากรที่กำหนดไว้ใน การวิจัย จำนวน 10 คน นำคะแนนที่ได้มาหาค่าความเที่ยง โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์ของ แอลฟา ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่า = .60 ผู้วิจัยจึงใช้แบบสอบถามเดิมเก็บเพิ่มอีก 10 คน นำมาหาค่าความเที่ยง ได้ค่า = .60 เท่าเดิม โดยต้องตัดข้อความที่ไม่พบความแปรปรวนออก 2 ข้อ ผู้วิจัยได้ร่วมแก้ไขกับ อาจารย์ที่ปริญญาวิทยานิพนธ์ เปลี่ยนข้อความที่ไม่พบความแปรปรวน 2 ข้อ ให้เป็นข้อความ ทางลบ และเปลี่ยนแปลงคำตอบให้เลือกเป็น 5 คำเลือกตอบ จากนั้นผู้วิจัยนำไปทดลองใช้ กับผู้สูงอายุ จำนวน 15 คน จึงนำมาหาค่าความเที่ยง ได้ค่า .71 แต่แบบสอบถามชุดนี้ ผู้สูงอายุมีความไม่เข้าใจคำตอบที่ให้เลือก เข้าใจยาก ใช้เวลาในการตอบนานคนละประมาณ 30 นาที ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำแบบสอบถามมารวมแก้ไขกับอาจารย์ที่ปรึกษา โดยข้อความ คงเดิมตามที่รับเปลี่ยนครั้งล่าสุด แต่เปลี่ยนคำเลือกตอบปรับเป็น 3 คำเลือกตอบ เหมือน แบบสอบถามชุดแรก คือ ตอบว่า จริง ไม่จริง ไม่แน่ใจ แล้วนำมาหาค่าความเที่ยงกับผู้สูง อายุ จำนวน 40 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ของแอลฟา ตามวิธีของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยง เท่ากับ .70 ซึ่งแบบสอบถามที่ปรับชุดสุดท้ายนี้ผู้สูงอายุเข้าใจง่าย ผู้วิจัยจึงนำ มาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยต่อไป

2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือแผนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ซึ่งประกอบด้วย 2 แผนย่อย คือ

1. แผนการสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุเป็นรายบุคคล ในชมรมคลินิกผู้สูงอายุ โรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์
2. แผนการดำเนินกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จำนวน 6 ครั้ง

การสร้างเครื่องมือดังนี้คือ

1. ขั้นตอนการจัดทำแผนการสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุเป็นรายบุคคล ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาค้นคว้า และรวบรวมเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลจาก ตำรา วารสาร เอกสาร และงานวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ขั้นที่ 2 กำหนดวัตถุประสงค์ของการสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุเป็นรายบุคคล มีดังนี้

- ก. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างพยาบาลและผู้สูงอายุ
- ข. เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุมีความไว้วางใจในตัวพยาบาล
- ค. เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มให้คำปรึกษาด้วยความเต็มใจ

ความเต็มใจ

ขั้นที่ 3 คัดเลือกเนื้อหาสาระและกิจกรรมที่จะนำมาจัดเป็นแผนการสร้างสัมพันธภาพ โดยให้มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดย

เนื้อหา จะประกอบด้วย ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่ผู้สูงอายุ เช่น ความหมายของกลุ่ม กฎระเบียบของกลุ่ม วัตถุประสงค์ของกลุ่ม บทบาทของผู้นำกลุ่ม บทบาทของสมาชิก ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม ผลของกลุ่ม ประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มให้คำปรึกษา ฯลฯ

กิจกรรม ประกอบด้วย

ก. การสร้างสัมพันธภาพที่ตระหว่างผู้วิจัยกับผู้สูงอายุ โดยที่ผู้วิจัยต้องคำนึงถึงเรื่องของการใช้สรรพนาม การใช้น้ำเสียง การพูดคุย การวางตัว การแต่งกาย การใช้สายตาอย่างเหมาะสม

ข. การพูดคุยเกี่ยวกับความรู้ทั่ว ๆ ไป ในการจัดการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ค. การพูดคุยซักถามประวัติของผู้สูงอายุ สภาพการณ์ปัจจุบัน และปัญหาที่ผู้สูงอายุกำลังเผชิญอยู่ในขอบเขตของอารมณ์ ความร่าเริงในชีวิต ความสอดคล้องระหว่างความต้องการกับสัมฤทธิ์ผล และความตั้งใจและความอดทนในชีวิต ซึ่งผู้วิจัยบันทึกข้อมูลรวบรวมไว้ เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มต่อไป (แผนการสร้างสัมพันธภาพ มีตัวอย่างอยู่ในภาคผนวก)

2. ขั้นตอนการจัดทำแผนการดำเนินกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับขั้นตอนการจัดกลุ่มและเนื้อหาที่จะสนทนากันในกลุ่ม

ขั้นที่ 2 กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดกลุ่มแต่ละครั้ง

ขั้นที่ 3 วางแผนการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งมี 6 ครั้ง ให้ครอบคลุมกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยในแต่ละครั้งจะกำหนดหัวข้อดังนี้

ครั้งที่ 1 เป็นการปฐมนิเทศสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกกลุ่มเอง เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความมั่นคงปลอดภัย ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เมื่อให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มรับทราบถึงโครงสร้าง และแผนการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม รวมทั้งเพื่อทราบความคิดเห็นความรู้สึกของสมาชิกต่อการเข้าร่วมกลุ่มครั้งแรก

ครั้งที่ 2 สนทนากลุ่มเกี่ยวกับองค์ประกอบของการพึงพอใจในชีวิตด้านอารมณ์ โดยพูดคุยกันถึงเรื่อง ของสัมพันธภาพในครอบครัว ระหว่างผู้สูงอายุถึงบุตร หลาน บุคคลในบ้าน สัมพันธภาพกับเพื่อน เพื่อนบ้าน ความสุข ความพอใจชีวิตปัจจุบัน ทิศนคติต่อช่วงเวลาของวัยสูงอายุ ความรู้สึกต่อสิ่งที่ตนได้กระทำในปัจจุบัน การได้รับการสนับสนุนทางอารมณ์ เมื่อมีปัญหาในชีวิตจะสร้างอารมณ์ที่ดีได้อย่างไร

ครั้งที่ 3 สนทนากลุ่มเกี่ยวกับองค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิตด้านความร่าเริงในชีวิต โดยพูดคุยกันถึงเรื่องของ กิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุกระทำที่มีผลต่อความคิด เช่น กิจกรรมสันทนาการต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม งาน

อดีต เรก การเดินทางท่องเที่ยว กิจกรรมทางศาสนา ความสนใจอยากทำกิจกรรมต่าง ๆ การวางแผนสิ่งที่ต้องทำและการดำเนินชีวิตในอนาคต ความคาดหวังต่อสิ่งที่จะกระทำต่อไป การมองภาพลักษณ์ของตน รู้สึกต่อความสูงอายุนองตน เมื่อมีปัญหาในชีวิตจะทำอย่างไรให้ชีวิตสดชื่น สนุกสนาน

ครั้งที่ 4 สนทนาเกี่ยวกับองค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิตด้านความสอดคล้องระหว่างความต้องการกับสัมฤทธิ์ผล โดยสนทนากันในเรื่องของเป้าหมายในการดำรงชีวิตประจำวันของแต่ละคน ทศนคติต่ออดีตที่ผ่านมา ความต้องการการเปลี่ยนแปลงต่ออดีตที่ผ่านมา ทศนคติต่อสิ่งที่ตนได้รับ เมื่อมีปัญหาในชีวิต คาดหวังอะไรในชีวิต

ครั้งที่ 5 สนทนาเกี่ยวกับองค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิตด้านความตั้งใจและอดทนในชีวิต โดยสนทนากันในเรื่องการเผชิญกับปัญหา การยอมรับปัญหา การปรับตัวเมื่อเกิดปัญหา การใช้ประสบการณ์ในอดีตที่ผ่านมาในการแก้ปัญหา ทศนคติต่อการที่ตนได้รับการตอบสนองต่อความต้องการของตนในอดีตที่ผ่านมา ความตั้งใจอดทนในการดำรงชีวิตต่อไป เมื่อมีปัญหาในชีวิต จะทำอย่างไรในชีวิตต่อไป

ครั้งที่ 6 สนทนาสรุปประสบการณ์ที่ผู้สูงอายุได้จากการทำกลุ่ม โดยผู้สูงอายุจะสรุปปัญหาของตนและแนวทางที่ตนได้นำไปปฏิบัติ ผลการปฏิบัติ วัตถุประสงค์เพื่อสิ้นสุดการทำกิจกรรมกลุ่ม และสร้างความมั่นใจและปลอดภัยในการดำเนินชีวิตให้กับผู้สูงอายุ

ขั้นที่ 4 กำหนดกิจกรรม บทบาทหลัก เทคนิคในการเป็นผู้นำกลุ่ม และกิจกรรมและบทบาทสมาชิกกลุ่ม ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และเนื้อหาที่กำหนดไว้ โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มทั้ง 6 ครั้ง

ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และเนื้อหาที่กำหนดไว้

การทดสอบเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยนำขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพเป็นรายบุคคล และขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมกลุ่มให้คำปรึกษาไปตรวจสอบหาความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาล จำนวน 10 ท่าน ซึ่งเป็นบุคคลเดียวกันกับที่ได้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถามเพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิต แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขแผนให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2. การทดลองใช้ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพเป็นรายบุคคล และแผนการดำเนินกิจกรรมกลุ่มให้คำปรึกษาที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองสร้างสัมพันธภาพเป็นรายบุคคล และทดลองทำกิจกรรมกลุ่มกับผู้สูงอายุ จำนวน 4 คน ซึ่งมีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับตัวอย่างประชากร โดยจัดกลุ่มรวม 6 ครั้ง เพื่อทดสอบดูความเหมาะสมในเรื่องที่สนทนากันในกลุ่ม เวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม การจดบันทึกปัญหาที่เกิดขึ้น และข้อเสนอแนะในการจัดกลุ่มแต่ละครั้ง เพื่อเตรียมหาแนวทางปรับปรุงก่อนจะนำขั้นตอนทั้งสองไปใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่มในกลุ่มตัวอย่างประชากรของการวิจัย

การทดลอง และการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองแบบ Pretest - Posttest Control Group Design มีขั้นตอนดำเนินการทดลองดังนี้ คือ

1. ขั้นเตรียมการ
2. การวัดความพึงพอใจในชีวิตก่อนทำกลุ่ม (Pretest)
3. ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุเป็นรายบุคคล
4. การดำเนินกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
5. การวัดความพึงพอใจในชีวิตภายหลังทำกลุ่ม (Posttest)

มีรายละเอียดดังนี้คือ

1. ขั้นเตรียมการ

ก. การเตรียมตัวในการเป็นผู้นำกลุ่มในกลุ่มให้คำปรึกษาของผู้วิจัย โดยการ

1. ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทั้งจากตำรา บทความ ในวารสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

2. ในด้านการปฏิบัติเพื่อให้เกิดประสบการณ์ในการเป็นผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ และก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในการเป็นผู้นำกลุ่ม ผู้วิจัยจึงได้เข้ารับการฝึกปฏิบัติการเป็นผู้นำกลุ่มจิตบำบัดที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยา สัปดาห์ละ 1 วัน เป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ โดยผู้ดูแลการฝึกปฏิบัติคือ จิตแพทย์ พยาบาลวิชาชีพผู้เชี่ยวชาญในการเป็นผู้นำกลุ่ม

และเข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่องทักษะการให้คำปรึกษาทางจิต ณ โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา เพื่อให้เกิดแนวคิดและประสบการณ์กว้างมากขึ้น

ข. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และวิธีการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล และรายละเอียดต่าง ๆ เพื่อขออนุญาตเข้าทำการวิจัย กับผู้อำนวยการโรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ พร้อมกับพบและแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ และวิธีการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูลกับแพทย์ และพยาบาลที่เป็นกรรมการดำเนินงานของชมรมคลีนิกผู้สูงอายุ โรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์

ค. ผู้วิจัยได้เตรียมผู้ช่วยวิจัย 2 คน ซึ่งเป็นพยาบาลวิชาชีพมีประสบการณ์ในการทำงานไม่น้อยกว่า 5 ปี ซึ่งผ่านการศึกษาระดับปริญญาตรีพยาบาลจิตเวชมาแล้ว และเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเก็บรวบรวมข้อมูลแทนผู้วิจัย โดยได้รับคำชี้แจงในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้วิจัย และเป็นผู้ที่มีความพร้อมและเต็มใจในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้

ง. ผู้วิจัยได้จัดเตรียมสถานที่เพื่อดำเนินกิจกรรมกลุ่ม เป็นสถานที่เฉพาะให้มีความเป็นสัดส่วน ไม่มีเสียงรบกวน อากาศถ่ายเทสะดวก มีอุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น โต๊ะ เก้าอี้ กระดาน

จ. ผู้วิจัยคัดเลือกตัวอย่างประชากรเพื่อทำการทดลอง โดยพิจารณาจากตัวอย่างประชากรที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

ฉ. ผู้วิจัยจัดกลุ่มตัวอย่างประชากรโดยหลังจากที่ได้กลุ่มตัวอย่างตามที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยได้จัดกลุ่มตัวอย่างออกเป็นคู่ ในแต่ละคู่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกัน หรือใกล้เคียงกันมากที่สุด โดยพิจารณาจากอายุ เพศ ระดับการศึกษา รวม 21 คู่ ซึ่งในกลุ่มทดลองจะแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 2 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน และ 11 คน ตามลำดับ เพื่อมิให้กลุ่มมีลักษณะใหญ่เกินไป ผู้นำกลุ่มอาจควบคุมกลุ่มได้ไม่ทั่วถึง

ช. ผู้วิจัยได้กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ในกลุ่มทดลอง ซึ่งกลุ่มทดลองจะเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมตามปกติ โดยดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สัปดาห์ละ 1 ครั้งต่อ 1 กลุ่มทดลอง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ดำเนินกิจกรรมกลุ่มทั้งหมดกลุ่มละ 6 ครั้ง และกำหนดดำเนินกิจกรรมการใช้คำปรึกษาแบบกลุ่มในวันพุธ เนื่องจาก ทุกวันพุธ เป็นวันที่ชมรมฯ จัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุเป็นประจำ เมื่อผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว จะสามารถดำเนินกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสำหรับกลุ่มทดลองได้ ในเวลา 09.00-10.00 น. และ 10.00-11.00 น. การที่ไม่ดำเนินกิจกรรมกลุ่มในช่วงเวลาย่ำยนั้น

เพราะอากาศอาจจะร้อน ผู้สูงอายุอาจจะหงุดหงิดกับสภาพอากาศได้ และสำหรับกลุ่มควบคุม นั้น ผู้วิจัยจะไม่จัดการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนั้น ผู้สูงอายุซึ่งเป็นกลุ่มควบคุมจะดำเนินกิจกรรมของชมรมคลีนิกผู้สูงอายุตามปกติ ซึ่งมีดังต่อไปนี้คือ

- 07.00 - 08.00 น. - ออกกำลังกาย
- 08.00 - 08.30 น. - พักผ่อนทานอาหารเช้า
- 08.30 - 09.00 น. - บรรยายวิชาการ
- 09.00 - 10.00 น. - เป็นเวลาของสมาชิก เช่น เล่นกีฬา พุดคุย
ในหมู่สมาชิก ตรวจสอบสุขภาพ หรืออาจมีการแสดง
ดนตรี บางโอกาสมีการท่องเที่ยว

2. ขั้นการวัดความพึงพอใจในชีวิตก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Pretest)
ขั้นตอนนี้ดำเนินการโดยผู้ช่วยวิจัย เป็นผู้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยไม่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยในวันพุธหลังจากผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแล้วเสร็จจากกิจกรรมของชมรมคลีนิกผู้สูงอายุแล้ว ผู้ช่วยวิจัยจะนัดพบและแจกแบบสอบถามเพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิต พร้อมทั้งทั้งสองกลุ่ม จากนั้นผู้ช่วยวิจัยรวบรวมข้อมูลที่ได้มาให้ผู้วิจัยตรวจ และรวบรวมคะแนนการวัดความพึงพอใจในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างทั้งในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อเตรียมดำเนินการตามขั้นตอนของการสร้างสัมพันธภาพรายบุคคล

3. ขั้นเตรียมผู้สูงอายุ

ขั้นเตรียมผู้สูงอายุนี้ เป็นขั้นของการสร้างสัมพันธภาพรายบุคคล ตามแผนการสร้างสัมพันธภาพที่กำหนดไว้ โดยผู้วิจัยนัดพบผู้สูงอายุที่อยู่ในกลุ่มทดลอง เป็นรายบุคคล ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และพุดคุยสร้างสัมพันธภาพ โดยใช้เวลาประมาณรายละ 10-15 นาที เป็นเวลา 2 วัน คือในวันพุธและพฤหัสบดี ก่อนดำเนินการกิจกรรมกลุ่ม 1 สัปดาห์ วัตถุประสงค์ของขั้นตอนนี้ นอกจากสร้างสัมพันธภาพแล้ว ก็เพื่อสอบถามความเต็มใจในการเข้าร่วมกลุ่ม และผู้วิจัยต้องเตรียมผู้สูงอายุให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ และประโยชน์ที่ได้จากการร่วมกลุ่ม รวมทั้งกฎระเบียบปฏิบัติของกลุ่มและพฤติกรรมแสดงออกของการเป็นสมาชิกกลุ่มให้สมาชิกทราบด้วย และยังเป็น การสอบถามถึงข้อมูลต่าง ๆ ของสมาชิกและปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับ

สมาชิก เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งขั้นตอนนี้จะช่วยให้ผู้สูงอายุคลายความกังวลใจจากการเข้าใจผิด หรือกลัวการเข้าร่วมกลุ่มได้

4. การดำเนินกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการตามแผนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่กำหนดไว้ โดยใช้เวลากลุ่มละ 1 ชั่วโมง และจำนวนครั้ง 6 ครั้ง รายละเอียดดังนี้

ครั้งที่ 1 ผู้วิจัยได้เริ่มกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยเริ่มระยะที่ 1 ของกระบวนการโดยเริ่มสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม ซึ่งกำหนดเป็นวันแรกของการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกกลุ่มได้ทำความรู้จักและสนทนากัน ผู้วิจัยจัดให้สมาชิกกลุ่มนั่งเป็นวงกลมในห้อง ให้ผู้สูงอายุแต่ละท่านแนะนำตัว ผู้วิจัยชี้แจงให้สมาชิกกลุ่มทราบขั้นตอน และระเบียบการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มมีการพูดคุยทำความรู้จัก สร้างความคุ้นเคยซึ่งกันและกัน และสร้างความคุ้นเคยกับผู้วิจัย รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้เล่าถึงปัญหาที่ตนประสบอยู่อย่างคร่าว ๆ ให้แก่เพื่อนสมาชิกกลุ่มทราบ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้เชื่อมโยงคำพูด และแนวคิดของผู้สูงอายุ โดยยังไม่เริ่มแก้ไขปัญหา ซึ่งในขั้นตอนนี้จะต้องหลีกเลี่ยงการพูดถึงจุดต่าง ๆ ที่จะทำให้สมาชิกกระทบกระเทือนใจ และ 15 นาที ก่อนสิ้นสุดกลุ่มครั้งแรก ควรให้สมาชิกได้พูดถึงความรู้สึกต่อกลุ่ม และต่อเพื่อนสมาชิกด้วยกัน และเตือนสมาชิกเพื่อเตรียมตัวพบกันครั้งต่อไป

ครั้งที่ 2, 3, 4, 5 เข้าสู่ระยะที่ 2 และ 3 ที่ช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับ และเข้าใจปัญหาของตนเองและผู้อื่น โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มนั่งประชุมเป็นวงกลม โดยจะทำการเสนอปัญหา และความต้องการของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยได้ข้อมูลจากการสร้างสัมพันธภาพรายบุคคล และข้อมูลการวัดความพึงพอใจในชีวิตในครั้งทดสอบก่อนการทดลอง โดยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุแต่ละคนเสนอแนวคิดและปัญหาของตนเพิ่มเติม เปิดอภิปรายเกี่ยวกับแนวทางแก้ไขปัญหา โดยผู้สูงอายุเอง โดยผู้วิจัยเป็นผู้เชื่อมโยงคำพูดและแนวคิดไว้ ผู้วิจัยจะสรุปปัญหา และวิธีการแก้ปัญหา รวมทั้งเสนอแนะเนื้อหาความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ การเป็นโรค การรักษาพยาบาล และการดูแลตนเอง และเรื่องทางด้านการปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน โดยจัดการอภิปราย มีลำดับเรื่องดังนี้ คือ สัปดาห์ที่ 2 อภิปรายปัญหาเกี่ยวกับอารมณ์ ได้พูดคุยกลุ่มละ 1 ปัญหา เกี่ยวกับปัญหาความวิตกกังวลเกี่ยวกับตัวบุตรหลาน และปัญหาการขาดความดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นแล้ว จะทำอย่างไรให้มี

อารมณ์ดี มีความสุข สัปดาห์ที่ 3 อภิปรายปัญหาเกี่ยวกับความร่าเริงในชีวิต ที่ผู้สูงอายุ ประสบอยู่ ได้พูดคุยกลุ่มละ 1 ปัญหา เกี่ยวกับปัญหาความวิตกกังวลในด้วบุตรหลาน ซึ่งเมื่อ เกิดปัญหาขึ้นแล้ว จะทำอย่างไรให้ชีวิตมีความร่าเริง สดชื่น สัปดาห์ที่ 4 อภิปรายปัญหา เกี่ยวกับความสอดคล้องระหว่างความต้องการกับสัมฤทธิ์ผล ได้พูดคุยกลุ่มละ 1 ปัญหา เกี่ยวกับปัญหาสัมพันธภาพระหว่างสามีและภรรยา และปัญหาความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้วบุตร หลาน เมื่อเกิดปัญหาขึ้นแล้วได้คาดหวังอะไรในชีวิตต่อไป และสัปดาห์ที่ 5 อภิปรายปัญหา เกี่ยวกับความตั้งใจและความอดทนในชีวิต ได้พูดคุยกลุ่มละ 1 ปัญหา เกี่ยวกับปัญหาสัมพันธภาพ ระหว่างสามีและภรรยา และปัญหากลัวความว่าเหวที่อาจเกิดขึ้นจากการสูญเสีย เมื่อเกิด ปัญหาขึ้นจะทำอย่างไรกับชีวิตต่อไป

ครั้งที่ 6 เข้าระยะที่ 4 คือระยะสิ้นสุดการทำกลุ่ม กำหนดไว้เป็นวัน สดท้ายของการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม เป็นการเปิดอภิปรายสรุปถึงความรู้ต่าง ๆ ปัญหาวิธีการ แก้ปัญหา ข้อเสนอแนะต่าง ๆ ที่ได้จากการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม โดยผู้วิจัยทำหน้าที่ผู้นำกลุ่ม และเชื่อมโยงแนวคิดและคำพูดของสมาชิกกลุ่ม ผู้วิจัยจะเป็นผู้สรุปประเด็นต่าง ๆ รวมทั้ง ให้ข้อเสนอแนะและให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่ผู้สูงอายุ จากนั้นผู้วิจัยกล่าวอำลา และขอบคุณผู้สูง อายุที่ให้ความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งผู้สูงอายุหลายท่านได้กล่าวถึงความตั้งใจ ในการรวมกลุ่มให้คงอยู่ โดยผู้นำกลุ่มคือผู้สูงอายุในกลุ่มเอง เพื่อที่จะได้ร่วมกันปรึกษาปัญหา และแนวทางแก้ไขปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้น เป็นการสร้างภาวะสุขภาพจิตที่ดีให้เกิดขึ้นในสมาชิกกลุ่ม และบุคคลอื่น ๆ ในสังคมได้ต่อไป

ปัญหาสำคัญที่พบในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการวิจัยนี้ ทั้งหมดรวบรวมได้

8 เรื่อง จัดกลุ่มปัญหาได้ดังนี้คือ

- | | |
|---|----------|
| 1. ปัญหาสัมพันธภาพระหว่างสามีและภรรยา | 2 เรื่อง |
| 2. ปัญหาการขาดความดูแลเอาใจใส่จากบุตร | 1 เรื่อง |
| 3. ปัญหาความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้วบุตรหลาน | 4 เรื่อง |
| 4. ปัญหากลัวความว่าเหวที่อาจเกิดขึ้น | 1 เรื่อง |

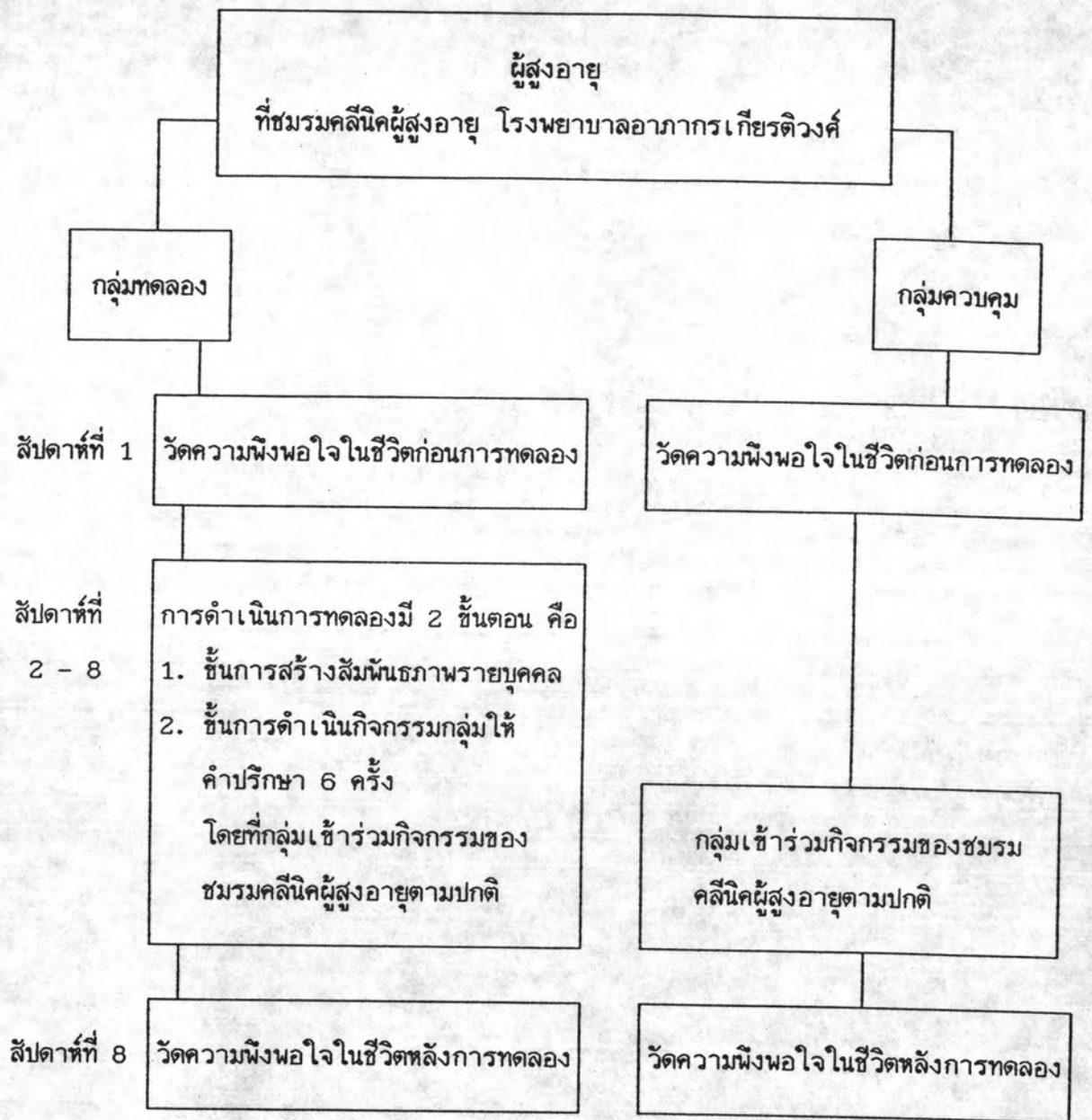
ในการสิ้นสุดกลุ่มแต่ละครั้ง จะมีการสรุปเรื่องที่พูด และแนวทางการแก้ไข ปัญหาที่กลุ่มได้เสนอแนะร่วมกัน และเมื่อสิ้นสุดกลุ่มแต่ละครั้ง ผู้วิจัยต้องบันทึกการประชุมกลุ่ม ในสมุดบันทึกรายงานการจัดกลุ่ม และบันทึกการเปลี่ยนแปลงของสมาชิกแต่ละคน ในแผน

ประวัติของสมาชิก จะทำให้ผู้วิจัยทราบการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของกลุ่มในแต่ละครั้ง ซึ่งจากการเข้ากลุ่มรวม 6 ครั้ง นั้น ผู้สูงอายุให้ความสนใจ มีความตั้งใจช่วยสมาชิกกลุ่มเป็นอย่างดี บรรยากาศภายในกลุ่มอบอุ่น เป็นมิตร เปิดเผยต่อกัน ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งปัญหาที่พบในการจัดกลุ่มแต่ละครั้งนั้น มีดังนี้คือ

1. ผู้สูงอายุบางท่านไม่ค่อยพูด แต่แสดงออกซึ่งความจริงใจ สนใจ ผู้วิจัยต้องใช้เทคนิคกระตุ้นเพื่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ขึ้นในกลุ่ม ซึ่งท่านก็ได้แสดงความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะที่มีคุณค่าต่อกลุ่ม
2. ตั้งแต่สัปดาห์ที่ 3 ถึง สัปดาห์ที่ 6 ของการจัดกลุ่ม ต้องเปลี่ยนห้องจากห้องที่เฉพาะและบรรยากาศเงียบเหมาะแก่การจัดกลุ่ม ไปยังมุมหนึ่งของห้องอาหาร ซึ่งมีผู้คนเดินไปมา มีเสียงรบกวน ทำให้ไม่เหมาะสมต่อการจัดกลุ่ม ผู้วิจัยหาสถานที่ใหม่แต่ผู้สูงอายุบอกว่าไกล จึงจัดกลุ่มที่ห้องอาหาร แต่ผู้สูงอายุก็ยังคงมีความตั้งใจที่ดีทำให้การจัดกลุ่มทุกครั้งเกิดความราบรื่น

5. ขั้นตอนการวัดความพึงพอใจในชีวิต ภายหลังจากให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Posttest)

เป็นการประเมินผล หลังจากเสร็จสิ้นการทำกลุ่ม โดยใช้แบบสอบถามเพื่อวัดความพึงพอใจในแบบเดียวกับที่ใช้ก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยผู้ช่วยวิจัยนัดสมาชิกกลุ่มทั้งในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมาพร้อมกัน เพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิตภายหลังจากดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุเรียบร้อยแล้ว ผู้ช่วยวิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยไม่มีส่วนเกี่ยวข้องด้วย เมื่อรวบรวมข้อมูลเสร็จ ผู้ช่วยวิจัยนำข้อมูลให้กับผู้วิจัย จากนั้นผู้วิจัยจึงนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์ตามขั้นตอนสถิติต่อไป



สรุปขั้นตอนการดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC⁺ ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล คือ เรื่องของ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ ของกลุ่มตัวอย่างประชากร เสนอเป็นค่าตัวเลขและค่าร้อยละในตาราง
2. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ของแต่ละกลุ่ม
3. จำนวนและร้อยละของระดับคะแนนความพึงพอใจในชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
4. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
5. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง
6. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม
7. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความแตกต่างระหว่างความพึงพอใจในชีวิตก่อนและหลังการทดลองของ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมรายคู่